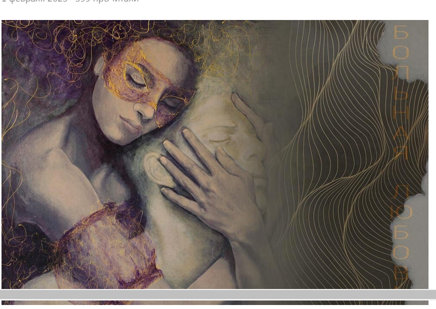
Найти в Дзене

Спросите Машу!
5,4K подписчиков
Подписаться

Что такое больная любовь?

1 февраля 2023 · 399 прочитали



Привет! Вы на канале "Спросите Машу!"

Многие находятся в отношениях, которые не приносят им удовлетворения и это ещё мягко сказано. Чаще всего, такие отношения приносят боль, но вы продолжаете в них находиться, несете их с собой по жизни, как старый чемодан без ручки. Ведь иногда, в этих отношениях, вам так хорошо, вы словно на 7 небе от счастья, а потом вы падаете в пропасть и корчитесь там от боли. Многие считают, что так у всех и это нормально. Это и есть любовь. Отказаться от себя ради любимого, раствориться в нём - вот оно настоящее чувство. Но на самом деле - это совсем не так. Это НЕ любовь, а точнее это **больная любовь или созависимость**.

Сегодня я хочу начать **цикл статей про созависимые отношения**. Про них много говорят. В своих статьях, я тоже иногда, говорю про созависимость, так давайте разберемся что же это такое и как быть, если вы оказались в таких отношениях.

> *И да, есть прекрасная новость - созависимые отношения поддаются лечению и для этого совершенно не обязательно расставаться друг с другом.*

Сегодня я расскажу, что такое созависимость и какой она бывает. В конце статьи, я дам вам тест на созависимость.

Что такое больная любовь или созависимость?

Если говорить совсем по-простому - это **отношения в которых один партнер приносит себя, свои интересы в жертву другому**.

Если вы чувствуете, что в отношениях теряете себя, вы забыли о своих желаниях, забыли о своих потребностях и живете только своим партнером - вы в созависимых отношениях. Это крайняя степень зависимости одного человека от другого. Когда вы готовы пойти на всё, в том числе и обман, лишь бы этот человек был рядом с вами.

Услышав фразу "*Сума схожу, не могу жить и дышать без него*", многие скажут: "вот это любовь!" Но, это никакая не любовь - это самая настоящая созависимость. И да, в книжках и фильмах, очень часто красиво показывают именно созависимые отношения, которые преподносятся нам как идеал любви.

> *Самый яркий пример созависимости - это Русалочка, которая отказалась от своей сути, поменяла хвост на ноги и терпит невероятные муки ради "любимого", который даже ее не помнит.*

Когда вы выбираете быть рядом с человеком, которому вы не нужны, рядом с которым вам больно, но без которого вообще невозможно - это созависимость.

Созависимость бывает 4 типов.

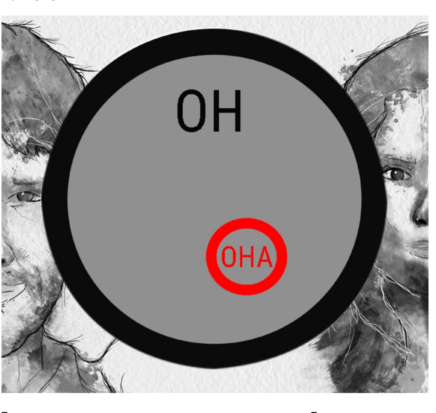
Для удобства восприятия, я дам схематичные изображения.

1. Я знаю как лучше.

В таких отношениях Женщина поглощает своего Мужчину. Потому что она всегда права, она знает, как лучше для него, она знает, что ему одеть, что есть, что говорить, что думать и вообще, как ему жить. Она навязывает ему свои желания, интересы, свои ценности, а на его интересы и желания ей плевать, ведь они совершенно неправильные, с ее точки зрения. Но самое удивительное что, поглощая мужчину, сама женщина считает, что это она жертвует собой, это она все делает для него, а он живет "*как у Христа за пазухой*".

> *Это все верно и в отношении Мужчины, когда ОН поглощает свою женщину.*

2. Я это ты

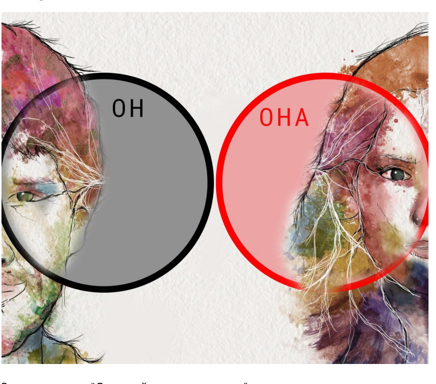


Тут схема практически та же, но значение несколько иное. Тут вы полностью растворяетесь в партнере. Его интересы становятся вашими, его мечты теперь тоже ваши, а о своих вы даже не вспоминаете. Вы прячетесь от всего мира в объятиях своего любимого. Но постепенно, они начнут вас душить.

3. Ты лишь пыль у моих ног

По такому типу строятся отношения **агрессор - жертва**. В таких отношениях один человек (*это может быть как ОН, так и ОНА*) просто стирает личность другого, считая его просто "*пылью у своих ног*". Причем из этой "*пыли*", каждый раз пытаются "*сделать человека*" используя унижение и подавление. И преподносится это, как искренняя забота об "*убогом*". Но заботы тут никакой нет, жертву лишь используют.

4. Отражение меня.



Это как в сказке: "*Свет мой зеркальце скажи...*"

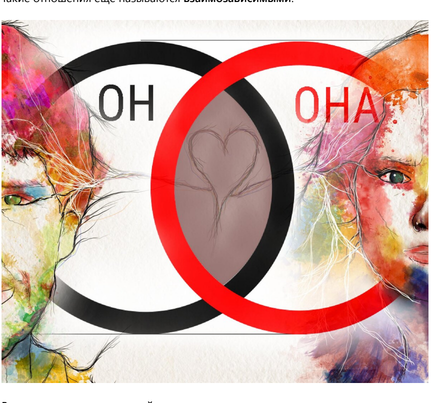
И "зеркало" всегда должно лишь хвалить и восхищаться. В противном случае его разобьют и заменят на новое "зеркало".

В таких отношениях один человек использует партнера, для того чтобы он выгодно отражал его. Ключевое слово здесь - **ИСПОЛЬЗОВАТЬ**. Это отношения где **один всегда берет, а другой всегда отдает**.

Если вам знакомы фразы типа: "*Ты должен быть счастлив только потому, что такая как я рядом с тобой*" - тогда этот тип отношений про вас.

А как же выглядят здоровые отношения?

Такие отношения еще называются **взаимозависимыми**.



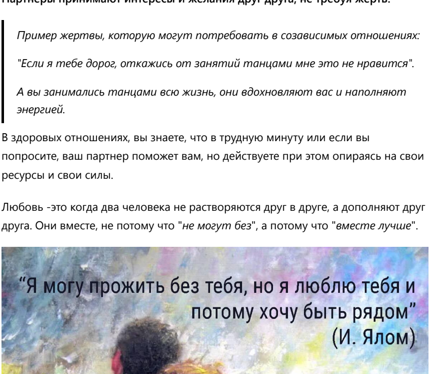
В таких отношениях, у людей тоже есть привязанность друг к другу, но у каждого из них есть свои интересы, свои желания и мечты.

Партнеры принимают интересы и желания друг друга, не требуя жертв.

> *Пример жертвы, которую могут потребовать в созависимых отношениях:*
>
> *"Если я тебе дорог, откажись от занятий танцами мне это не нравится".*
>
> *А вы занимались танцами всю жизнь, они вдохновляют вас и наполняют энергией.*

В здоровых отношениях, вы знаете, что в трудную минуту или если вы попросите, ваш партнер поможет вам, но действуете при этом опираясь на свои ресурсы и свои силы.

Любовь -это когда два человека не растворяются друг в друге, а дополняют друг друга. Они вместе, не потому что "*не могут без*", а потому что "*вместе лучше*".



Вы уловили разницу?

Разница между **взаимозависимыми** и **созависимыми** отношениями по сути, заключается в способе взаимодействия между партнерами и в личной территории, которую вы отдаете своему партнеру или занимаете у него.

> *Почему мы попадаем в созависимые отношения и как из них выйти вы узнаете в следующих статьях.*

А сейчас обещанный тест.

Этот тест поможет определить степень созависимости в отношениях:

Не пропустите новые публикации
Подписаться

25 · 6

Реклама
Авиабилеты между странами и по России на Купибилете
Прямые рейсы и удобные пересадки. Круглосуточная поддержка и кэшбэк до 4,5%
kupibilet.ru
Перейти на сайт

Реклама
Премиум-квартиры от 16 млн . ЖК Театральный квартал
Экологичный район, в окружении парков. Собственный сад. Крытый паркинг
krost.ru
Перейти на сайт

Комментарии 6

Сначала популярные

Чтобы комментировать публикации автора — надо подписаться на канал

Подписаться

Спросите Машу! 1 г

Ответить 2

юлия пякина 1 г

С нетерпением ждем следующих публикаций

Ответить 2

Показать 1 ответ

юлия пякина 1 г

Что же можно сделать , с почти больной любовью?

Ответить 2

Показать 1 ответ

Ещё 1 комментарий

Vincent Alexander · Подписаться
113,6K подписчиков
Любовь с достойным человеком
Красивая история любви выглядит так: мужчина заметил, что женщина в чем-то нуждается и еще до ее просьбы, старается помочь. Женщина тоже замечает те моменты,...
5 дней назад
973 · 117

Реклама
Онлайн-обучение Anti-age
Обучение на специалиста по Anti-age за 6 месяцев. Навыки для улучшения здоровья.
1med.sredaobuchenia.ru
Перейти на сайт

Реклама
Proxy servers
Proxy from 1 to 16000
proxyelite.biz
Перейти на сайт

Таро - Дарина Фом · Подписаться
5,1K подписчиков
Прямо Сегодня и Сейчас, Мужчина честно-честно о Тебе!
Всех приветствую на моем канале! Меня зовут Дарина. Заранее спасибо, что подписываетесь, ставите лайки, для меня это совсем не мелочь...
3 дня назад
376 · 28